

РУКОВОДСТВО ПО УЛУЧШЕНИЮ ВАШЕГО ВОССТАНОВЛЕНИЯ ПОСЛЕ ЛАПАРАСКОПИЧЕСКОЙ ХИРУРГИЧЕСКОЙ ОПЕРАЦИИ

Massachusetts General Hospital
Division of Gynecology Oncology
(Отделение гинекологической онкологии)

Эта брошюра призвана помочь вам разобраться во всем, что касается предстоящей операции, а также подготовиться к ней. Перед операцией, пожалуйста, внимательно прочтите ее и, совместно с членами вашей семьи и с вашим лечащим врачом, ознакомьтесь с ее содержанием. Также, не забудьте принести ее с собой в день операции.

**VINCENT OBSTETRICS &
GYNECOLOGY**

Информация о моей операции

| | | |
|--------------------------|---------------------------|--|
| Дата Операции: | | |
| Время Операции: | | Вы должны прибыть за 2 часа до назначенного времени операции |
| | 617-724-4800 добавочный 5 | |
| Ваш(и) Хирург(и): | | |

***ПРЕКРАТИТЕ ПРИЕМ ЛЮБОЙ ТВЕРДОЙ ПИЩИ в 10 часов вечера накануне операции. Пациенты, проходящие подготовку кишечника, должны прекратить прием твердой пищи за день до операции – после завтрака.**

***Разрешен прием прозрачных жидкостей, которые необходимо перестать пить за 2 часа до операции (подробности см. ниже).**

Примечания:

За день до операции соблюдайте диету, предписанную вашим хирургом. Если у вас нет ограничений в питании, ешьте и пейте, как обычно. Пожалуйста, не забывайте пить достаточное количество жидкости.

Если у вас диабет и низкий уровень сахара в крови или вы начинаете испытывать симптомы низкого уровня сахара в крови, пожалуйста, выпейте прозрачную жидкость с сахаром, например, яблочный сок, виноградный сок или виноградный сок или обычную газировку. Если это не помогает, выпейте любую жидкость или съешьте жидкую пищу или жидкость, которая сможет повысить уровень сахара в вашей в крови. В любом случае, лучше отложить операцию, чем игнорировать низкий уровень сахара в крови.

**VINCENT OBSTETRICS &
GYNECOLOGY**

Оглавление

| | |
|---|-------|
| Введение..... | 4 |
| Что такое программа ERAS? | 4 |
| Как долго я буду находиться в больнице? | 4 |
| Перед операцией | |
| Как я могу подготовиться к операции? | 5 |
| Предварительная телефонная консультация перед операцией..... | 5-6 |
| Набор для предоперационной подготовки/Набор для подготовки кишечника..... | 7-8 |
| Инструкции для пациентов БЕЗ предварительной подготовки кишечника..... | 9 |
| Перечень заданий для пациентов БЕЗ подготовки кишечника..... | 10-11 |
| В день операции | |
| Когда вы приедете в больницу..... | 12-13 |
| После операции | |
| Палата Посленаркозного Наблюдения/PACU..... | 14 |
| Контроль боли..... | 15 |
| Когда я смогу начать двигаться, сидеть и ходить? | 16 |
| Когда я смогу начать есть? | 17 |
| Когда будет удален мой мочевой катетер? | 18 |
| Когда я смогу вернуться домой? | 19 |

VINCENT OBSTETRICS & GYNECOLOGY

Введение

Эта брошюра является частью программы онкогинекологической хирургии ERAS (“Улучшенное восстановление после операции” – Enhanced Recovery After Surgery) системы здравоохранения Mass General Brigham, которая в настоящее время является стандартной практикой для всех пациентов, перенесших плановую открытую гистерэктомию в гинекологическом отделении системы здравоохранения Partners Healthcare System и всех связанных с этой системой аффилированных госпиталей.

Что такое программа ERAS?

Эта программа отличается от традиционного подхода к хирургии и, как было показано, улучшает восстановление пациентов после операции, а также снижает количество осложнений, сокращает число дней пребывания в больнице и уменьшает количество повторных госпитализаций после операции. Мы хотим, чтобы вы, в качестве нашего пациента, также принимали активное участие в процессе восстановления. Основная цель состоит в том, чтобы вы могли перенести операцию лучше и как можно скорее вернулись к нормальной жизни. Мы сможем добиться этого с вашей помощью.

Эта программа разработана для того, чтобы вы могли активно участвовать в процессе восстановления до и после операции. Данное руководство разделено на два этапа:

1. Перед операцией
2. После операции

Каждый этап этой программы разработан таким образом, чтобы способствовать минимизации боли, избежать осложнений и в целях обеспечения более раннего возобновления питания и активности.

Как долго я буду находиться в больнице?

Если вам проводится лапароскопическая гистерэктомия, почти во всех случаях вы сможете вернуться домой в день операции.

Даже если вы получите письмо от страховой компании, разрешающее пребывание в больнице в течение одной ночи, вас выпишут в тот же день. Вы останетесь в больнице только в том случае, если есть медицинская необходимость (показания) оставить вас в больнице на ночь.

Целью является скорейшая выписка, поскольку увеличение продолжительности пребывания в больнице сопряжено с ростом послеоперационных осложнений.

**VINCENT OBSTETRICS &
GYNECOLOGY**

До операции

Как я могу подготовиться к операции?

До операции

1. **Физические упражнения** улучшают реакцию организма на стресс и повышают физическую форму, что способствует восстановлению. Если вы не занимаетесь спортом регулярно, рекомендуется начать постепенно. Упражнения не обязательно должны быть интенсивными, даже ежедневные 15–30-минутные прогулки могут быть лучше, чем отсутствие физических упражнений.

2. В течение нескольких недель до операции рекомендуется поддерживать здоровый смешанный **режим питания**. Однако в дни, предшествующие операции, вы можете включить в рацион продукты с высоким содержанием углеводов (картофель, макароны, рис и т. д.), что позволит вашему организму “зарядиться углеводами” и иметь запас энергии, как это делают марафонцы перед забегом.

Настоятельно рекомендуется полностью **отказаться от курения**, по крайней мере за 3 недели до операции, так как это снизит вероятность легочных осложнений во время и после операции и улучшит ваше выздоровление. Если вы хотите получить дополнительную информацию о том, как бросить курить, обратитесь к своему врачу, медсестре или фармацевту.

Избегайте употребления **алкоголя** – как минимум за 24 часа (в идеале - за месяц) до операции.

3. **Составляйте свои планы заранее**. Договоритесь, чтобы кто-то сопровождал вас при поступлении (в госпиталь) и при выписке. Заранее подготовьтесь к вашему возвращению домой после операции; убедитесь, что у вас дома есть достаточное количество пищевых продуктов и необходимых припасов. Вы должны быть в состоянии ходить, питаться и ухаживать за собой, как это принято у вас в обычном режиме. Тем не менее, на первых порах вам может понадобиться дополнительная помощь со стороны родственников или друзей – особенно для того, чтобы избежать напряженной деятельности сразу после операции, таких как стирка, уборка, покупка продуктов и т. д.

**VINCENT OBSTETRICS &
GYNECOLOGY**

Предварительная телефонная консультация – перед операцией

Перед операцией вы получите **2 телефонных звонка** от разных членов нашей хирургической команды, которые обсудят с вами различные аспекты вашего лечения:

- ❖ **Телефонный звонок от члена анестезиологической бригады:**
 - Этот телефонный звонок будет запланирован заранее, чтобы убедиться, что вы сможете принять этот звонок.
 - Во время этого телефонного разговора, медработник, предоставляющий вам медицинское обслуживание, сможет:
 - Обсудить, какие именно лекарства вам следует принимать в день операции, а прием каких, если таковые имеются, необходимо прекратить до начала проведения операции.
 - Задать необходимые вопросы, чтобы оценить состояние вашего здоровья и разъяснить процесс операции.

- ❖ **Телефонный звонок от координатора хирургического отделения:**
 - Вам позвонят за 1–3 дня до операции:
 - В целях окончательного уточнения времени вашей операции, а также в какое время вам нужно прибыть на регистрацию.

Пожалуйста, не забудьте изучить список дел/заданий, который включен в этот пакет.

- ❖ Сюда входят:
 - Инструкция по применению ванны/душа с хлоргексидином
 - Инструкция по механической подготовке кишечника (Golytely)
 - Инструкции по приему пищи и питья в день, предшествующий операции
 - Инструкции по приему пероральных антибиотиков до операции
 - Инструкции по приему углеводного напитка в день операции

Если после изучения этих инструкций у вас остались дополнительные вопросы, обратитесь в кабинет вашего хирурга.

**VINCENT OBSTETRICS &
GYNECOLOGY**

Набор для предоперационной подготовки

В набор для предоперационной подготовки, который вы получите либо по почте – высланный на ваш домашний адрес – либо в офисе вашего врача, будет включено следующее:

- a. Письменные инструкции
- b. Одна бутылка средства для мытья с хлоргексидином (например, Hibiclens, Дуна-Нех)
- c. Две бутылки углеводного напитка

Углеводные напитки

Пожалуйста, следуйте инструкциям относительно употребления углеводного напитка, которые содержатся в брошюре входящей в этот комплект. **НЕ** следуйте инструкциям, указанным на самих бутылках.

Пожалуйста, помните, что это не подготовка кишечника, поэтому вам не нужно беспокоиться о том, чтобы находиться рядом с туалетом.

Если вы страдаете диабетом, пожалуйста, соблюдайте рекомендованную вам диету и не употребляйте углеводный напиток, так как он может повысить уровень сахара в крови.

Утренние препараты можно принимать с небольшим глотком воды – утром, накануне операции.

Употребление предоставленного вам углеводного напитка необходимо начинать за 4 часа до операции, а затем допить его или прекратить его употребление за 2 часа до операции.

Употребление напитка для предварительной гидратации перед операцией обеспечит более стабильный уровень сахара в крови во время операции, что позволит вам и вашему кишечнику быстрее восстановиться и выздороветь.

**VINCENT OBSTETRICS &
GYNECOLOGY**

Мытье с помощью хлоргексидина (Chlorhexidine wash)

Рекомендуется принимать душ или ванну ежедневно и тщательно мыться с предоставленным средством для мытья с хлоргексидином, как указано ниже:

- Если вы прошли тест на STAPH и получили положительный результат, следуйте инструкциям по использованию средства для мытья с хлоргексидином и мази для носа мупироцин (mupirocin), предоставленные вам офисом вашего хирурга. Ваш врач сообщит вам, нужно ли проходить какие-либо дополнительные обследования.

Использование этого средства для мытья поможет предотвратить возникновение инфекций после операции. Избегайте брить живот и паховую область.

После третьего душа (т. е. в день операции), **не наносите** на тело пудру, лосьон, дезодорант и не используйте средства для волос.

Не используйте Хлоргексидин на голове, лице и гениталиях.

Не используйте хлоргексидин, если у вас аллергия на это средство. При наличии аллергии, посоветуйтесь с врачом о применении вместо него антибактериального мыла.

Инструкция по применению душа при мытье с хлоргексидином:

- 1) Вместо обычного мыла используйте предоставленное вам мыло с хлоргексидином. Не используйте оба средства.
- 2) Перед использованием хлоргексидина, вымойте волосы шампунем/кондиционером – как вы обычно делаете при мытье.
- 3) Тщательно ополосните тело водой.
- 4) Выключите воду, чтобы не смыть хлоргексидин слишком быстро.
- 5) Мойте по направлению от шеи вниз. Особенно тщательно мойте место хирургического вмешательства. Не забудьте промыть пупок – при необходимости, вы можете использовать ватную палочку.
- 6) Осторожно мойте тело в течение 5 минут.
- 7) Дайте хлоргексидину высохнуть на коже в течение 1 минуты, после чего смойте его.
- 8) Снова включите воду, хорошо ополоснитесь и вытрите тело насухо чистым полотенцем.

**VINCENT OBSTETRICS &
GYNECOLOGY**

Для пациентов БЕЗ подготовки кишечника

За день до операции, съешьте здоровый сбалансированный завтрак, обед и ужин. **Очень важно, чтобы в течение 8 часов перед началом операции вы не ели твердую пищу.** Это минимизирует вероятность осложнений при анестезии. Мы просим всех пациентов прекратить прием пищи в 10 часов вечера накануне операции. Пожалуйста, НЕ нарушайте это предписание.

Даже если вы не едите твердую пищу, вы можете продолжать пить прозрачные жидкости все это время, но не позднее, чем за 2 часа до начала операции. Прозрачная жидкость – это любая жидкость, прозрачная на просвет, через которую можно видеть (молочные напитки, включая молоко и йогурты, а также апельсиновый сок **НЕ** являются прозрачными жидкостями).

ПРИМЕЧАНИЕ: *Пожалуйста, внимательно следуйте этим инструкциям; если в этот период вы будете употреблять твердую пищу или непрозрачные жидкости, это может поставить под угрозу эффективность вашей операции и повлиять на ваше восстановление. Кроме того, употребление пищи или молока в течение 8 часов до операции, как правило, приводит к тому, что ваша операция будет отменена.*

**VINCENT OBSTETRICS &
GYNECOLOGY**

| | |
|--|--|
| <p>ПЕРЕЧЕНЬ ЗАДАНИЙ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ, КОТОРЫМ НЕ НУЖНА ПРЕДВАРИТЕЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА КИШЕЧНИКА (БЕЗ ПОДГОТОВКИ КИШЕЧНИКА)</p> | |
| <p>За Два Дня До Операции</p> | |
| <p>Хлоргексидин Для Мытья Тела *Если вы прошли тест на STAPH и получили положительный результат, пожалуйста, следуйте инструкциям службы инфекционного контроля по использованию мытья средством Хлоргексидин и назальной мази мупироцин. Ваш врач сообщит вам, нужно ли вам проходить дополнительные обследования.</p> | |
| <p>За День До Операции</p> | |
| <p>Хлоргексидин для мытья тела</p> | |
| <p>Можно есть – завтракать, обедать и ужинать</p> | |
| <p>В 10 вечера:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Прекратите есть любую твердую пищу или молочные продукты ❖ Прекратите жевать жевательную резинку и есть конфеты <p>Пожалуйста, после этого употребляйте ТОЛЬКО ПРОЗРАЧНЫЕ ЖИДКОСТИ - см. указанные ниже Прозрачные Жидкости Разрешенные К Употреблению <i>Если ваш хирург предоставил вам особые диетические инструкции по подготовке к операции/процедуре, например инструкции по подготовке кишечника, пожалуйста, тщательно следуйте им.</i></p> <p>Пожалуйста, продолжайте пить прозрачные жидкости в течение всего вечера, не допускайте обезвоживания</p> | |
| <p><u>РАЗРЕШЕНО</u> Вода Соки (без мякоти) Gatorade ® (не красный) Черный чай или Черный кофе (без молока/сливок)</p> | <p><u>НЕ РАЗРЕШАЕТСЯ</u> Твердые продукты / Молоко / Йогурт Напитки на Молочной основе (смузи) / сливки Апельсиновый сок / Соевое молоко Миндальное/Ореховое молоко</p> |

**VINCENT OBSTETRICS &
GYNECOLOGY**

Перед сном: Выпейте 20 - 24 унции Gatorade® (не красного цвета).

В День Операции

Мытье тела с хлоргексидином

Начиная за 4 часа до операции, вы должны выпить 2 бутылки из набора, присланного вам на дом или предоставленного в офисе вашего хирурга. Вы должны прекратить пить за 2 часа до операции.

Выпитый перед операцией прозрачный напиток с углеводом поможет вашему организму лучше отреагировать на стресс, связанный с операцией.

Если вы страдаете диабетом, пожалуйста, соблюдайте рекомендованную вам диету и не употребляйте углеводный (углеводный) напиток, так как он может повысить уровень сахара в крови.

Если вы забыли выпить прозрачную жидкость, ничего страшного. Не пейте ничего в это время, мы дадим вам такую жидкость через капельницу, когда вы придете в больницу.

Не опорожняйтесь до регистрации на операцию. Вас могут попросить сдать анализ мочи, если вы моложе 55 лет. (Вас не попросят сдать анализ мочи, если в прошлом вам была проведена гистерэктомия и/или удалены фаллопиевы трубы и яичники).

**VINCENT OBSTETRICS &
GYNECOLOGY**

В день операции (Все Пациенты)
Когда вы приедете в больницу:

- **Процесс приема:** Пожалуйста, войдите через главный вход больницы или через вход в Центр Амбулаторной Помощи (Wang Ambulatory Care Center). Пройдите на 3-й этаж здания Wang. Вы пройдете регистрацию в Центре Предоперационной Помощи (Center for Peri-operative Care CPC). После того как вы зарегистрируетесь, наш работник проводит вас в предоперационную зону.
- **Предоперационная зона:** Здесь вы познакомитесь с несколькими членами хирургической бригады.
 - ❖ **Медсестринский уход:**
 - Вы сможете подробнее ознакомиться с этой брошюрой, обсудив ее с медсестрой во время вашего пребывания в предоперационной зоне и проверив все пункты вашего контрольного списка.
 - Медсестра также проверит ваши жизненно важные показатели и уровень глюкозы.
 - Вы также познакомитесь с медсестрой, которая будет находиться в операционной.
 - ❖ **Анестезиологическая бригада:**
 - Для того, чтобы предотвратить боль, тошноту и рвоту, вам будут лекарства для перорального приема
 - Вам установят венозную капельницу для введения жидкостей, лекарств или крови, необходимых во время или после операции.
 - С вами обсудят различные варианты обезболивания на время операции и после нее.
 -
 - ❖ **Хирургическая бригада:**
 - С вами обсудят предстоящую вам процедуру и смогут ответить на все вопросы и обсудить ваши опасения.
 - Вам помогут заполнить и подписать все документы и формы согласия (на процедуру).

Анестезиолог несет ответственность за общее наблюдение и состояние ваших жизненно важных показателей (пульс, кровяное давление, температура и дыхание) и, при необходимости, отвечает за восполнение жидкости и кровопотери, а также за ваш общий комфорт и уровень боли во время и после операции.

**VINCENT OBSTETRICS &
GYNECOLOGY**

Когда вы приедете в больницу (продолжение):

Операционная: Во время подготовки к операции, вам помогут лечь на операционный стол и устроиться поудобнее.

- a. **Капельницы** - может быть установлена еще одна капельница для введения лекарств, необходимых для операции. К таким лекарствам относятся антибиотики, обезболивающие препараты, средства от тошноты и т. д.
- b. **Мочевой катетер** - в мочевой пузырь будет вставлен мочевой катетер для оттока мочи. Обычно этот катетер удаляется в операционной до того, как вы проснетесь. Если вам предстоит более сложная операция, катетер может оставаться на том же месте, где его установили, вплоть до 72 часов. Иногда катетер может оставаться дольше, но только в редких случаях, когда проводится операция на мочевом пузыре.
- c. Вам дадут анестетик и усыпят.
- d. Чтобы помочь с обезболиванием во время и после операции, вам также может быть сделана эпидуральная анестезия или нервная блокада. Вы сможете обсудить это с вашим анестезиологом до операции.

Во время проведения операции члены вашей бригады постоянно находятся рядом с вами. В операционной постоянно присутствуют ваш хирург, член анестезиологической бригады, хирургический техник, который подает инструменты, и медбрат/медсестра. Мы все присутствуем здесь для того, чтобы обеспечить наилучший уход за вами.

VINCENT OBSTETRICS & GYNECOLOGY

После операции

Палата Посленаркозного Наблюдения / PACU

По окончании операции, члены медицинской бригады доставят вас в отделение посленаркозного наблюдения (PACU). Скорее всего, вы все еще будете чувствовать себя сонным и дезориентированным. Это нормально и связано с анестезией, которую вы получили во время операции. Потребуется еще некоторое время, чтобы действие этих лекарств прошло.

После операции вы будете находиться под наблюдением и проведете не менее 2 часов в послеоперационной палате. В течение этого времени вам предстоит большинство из перечисленного ниже:

- ❖ Медсестры будут регулярно проверять ваши жизненно важные показатели – артериальное давление, частоту сердечных сокращений, дыхание и температуру, уровень глюкозы в крови, а также состояние раны и повязки.
- ❖ Анестезиологическая бригада будет проверять уровень вашей боли.
- ❖ Вам может быть введена эпидуральная анестезия для обезболивания и/или специальная нервная блокада, которая охватывает место хирургического разреза
- ❖ Вы будете находиться на кислородном обеспечении – через нос или маску на лице
- ❖ Вам будет установлена капельница для введения жидкостей и обезболивающих препаратов

Как только вы освоитесь в отделении PACU, 1–2 членам семьи/друзьям может быть разрешено посетить вас — на короткое время. Когда члены медицинской бригады посчитают, что ваше состояние стабильно и боль контролируется, вас переведут из палаты восстановительного лечения на предназначенный этаж в палату для госпитализации.

**VINCENT OBSTETRICS &
GYNECOLOGY**

Контроль боли

Хороший контроль боли является важной частью процесса восстановления. Следует ожидать, что после операции вы будете испытывать некоторую боль. Не существует способа полностью избавиться от боли, но есть множество способов облегчить ее. Пожалуйста, сообщите медбрата/медсестре или врачу, если вы испытываете боль или дискомфорт. Нашей целью является, чтобы после операции вы не испытывали боли более чем на 3 балла (см. ниже).

Наша цель – контролировать боль на таком уровне, чтобы вы могли лучше спать и отдыхать, легче дышать, быстрее начать двигаться после операции и быстрее начать есть. Это важно, поскольку помогает предотвратить такие осложнения, как тромбы и пневмония. Ходьба также может быть полезна для восстановления функции кишечника и поможет вам на пути к выздоровлению.

Шкала оценки интенсивности боли

| | | | | | | | | | |
|----------|----------|----------|----------|----------------|----------|----------|----------|----------|-----------------------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Нет боли | | | | Умеренная боль | | | | | Наихудшая из возможной боли |

**VINCENT OBSTETRICS &
GYNECOLOGY**

Деятельность после операции: Когда можно начинать двигаться, сидеть и ходить?

Вы можете начать двигаться сразу же после пробуждения, однако наилучшим будет если вы будете это делать в замедленном темпе. Поэтому вначале вам следует начать с базовых упражнений для ног, таких как шевеление пальцами, вытягивание ног прямо и вращение стопами. Делайте их по несколько минут каждые полчаса, и это поможет вам быстрее встать на ноги. Прекратите выполнять эти упражнения, если они вызывают боль, и сообщите об этом своей медсестре или врачу.

Отсутствие движения и длительное лежание в постели может привести к таким осложнениям, как образование тромбов, пролежней и мышечной слабости. Это будет препятствовать вашему выздоровлению.

- **1–6 часов после операции:** Вскоре после операции мы попросим вас сесть на край кровати или на стул. Ваша медсестра поможет вам, особенно когда вы будете вставать в первый раз. Когда вы будете в более ясном сознании, вас отвезут в СРС (куда вы первоначально прибыли). Там вы переоденетесь и, скорее всего, отправитесь домой.
- **На следующий день после операции:** Начиная со следующего дня после операции ваша цель - вставать с постели не менее 3–4 раз в день и совершать прогулки по вашему дому или по коридору (если вы госпитализированы). Мы также ожидаем, что во время еды вы будете сидеть на стуле. Это все важно, поскольку ранняя ходьба помогает предотвратить образование тромбов, а также восстановить нормальную работу кишечника.

После операции кишечная перистальтика на короткое время может приостановиться. Если это произойдет, вы можете почувствовать тошноту и вздутие живота, и это может продлить процесс вашего восстановления. Вы можете избежать этого, если будете часто ходить и жевать жевательную резинку.

• операции, чтобы предотвратить легочные инфекции. Медперсонал покажет

VINCENT OBSTETRICS & GYNECOLOGY

вам несколько полезных дыхательных упражнений. Также полезно делать несколько глубоких вдохов во время каждой рекламной паузы, когда вы смотрите телевизор. Практикуйте эти короткие дыхательные упражнения не менее 5–10 раз в час, пока вы бодрствуете.

Диета после операции: Когда я могу начать есть?

С помощью программы ERAS начиная со дня операции, мы сможем успешно вести и расширять ваше питание. Как только вы очнетесь и придете в себя в палате PACU/Recovery, вам будет разрешено принимать внутрь небольшое количество прозрачной жидкости (через рот).

1. Ваш врач решит, когда вам следует начать пить жидкости. Как правило, внутривенные вливания прекращают в течение 6 часов после операции или как только вы сможете сами выпить не менее 10 унций прозрачной жидкости.
2. Если вас выписывают домой в тот же день, вы можете вернуться к своему обычному питанию. Стоит помнить, что многие женщины испытывают тошноту во время приема наркотиков, поэтому, если это вы, пожалуйста, ешьте часто, небольшими порциями, а не заставляйте себя есть большие порции. Вам не нужно есть, если вы чувствуете сытость или вздутие живота. Важнее избегать обезвоживания организма, потребляя жидкости.
3. Если вас госпитализируют, то диета назначается по усмотрению хирурга. Большинство пациентов получают полное меню на выбор в день операции. Как правило, лучше всего начать с чего-то легкого, например, тоста, а затем переходить к более трудно усваиваемым видам пищи.
4. Врач также может попросить вас принести из дома жевательную резинку, чтобы жевать ее в течение 30 минут три раза в день после операции. Это может помочь вашему кишечнику прийти в норму после анестезии.

**VINCENT OBSTETRICS &
GYNECOLOGY**

Мочевыводящие катетеры: Когда мой катетер будет удален?

- У большинства пациентов катетер будет удален в операционной, до того, как вы очнетесь после операции.
- При более сложных операциях катетер будет удален на следующее утро.
- Очень редко при радикальных процедурах вам придется вернуться домой с мочевыводящим катетером. Ваш хирург сообщит вам, относится ли это к вам. При необходимости пациенты вполне успешно справляются с катетером дома.

Мочевыводящий катетер будет удален с помощью процедуры, называемой "пробным мочеиспусканием с обратным заполнением". Медсестра введет отмеренное количество физраствора в ваш мочевой пузырь через канал в катетере. Это безболезненно. Затем катетер удалят и попросят вас помочиться. Если вы сможете вывести с мочой большую часть жидкости, значит, ваш мочевой пузырь работает хорошо и можно обойтись без катетера.

После удаления мочевыводящего катетера вы можете свободно ходить в туалет для мочеиспускания. Вы можете ожидать, что пройдет 6–8 часов, прежде чем вы почувствуете потребность в мочеиспускании, что является нормальным.

Если оставить катетер дольше, чем необходимо, это может привести к инфекции мочевыводящих путей.

*Симптомы инфекции мочевыводящих путей включают:
Боль при мочеиспускании, частое мочеиспускание, ощущение
потребности помочиться, несмотря на пустой мочевой пузырь,
повышенная температура и боль в боку.*

*Немедленно сообщите своей медсестре или врачу, если у вас возникли
какие-либо из этих симптомов.*

VINCENT OBSTETRICS & GYNECOLOGY

Выписка из больницы

Когда я смогу вернуться домой?

Чтобы быть готовым к выписке из больницы, ваше состояние должно соответствовать всему нижеперечисленному:

- Ваша боль хорошо контролируется с помощью обезболивающих препаратов, принимаемых перорально
- Вы способны потреблять достаточное количество жидкости для того, чтобы предотвратить обезвоживание организма

Если ваша боль хорошо контролируется, и вы достаточно пьете, вас выпишут домой, возможно, на следующий день после операции. В противном случае вы будете наблюдаться в больнице до тех пор, пока эти цели не будут достигнуты.

Как правило, перед выпиской **НЕ** требуется, чтобы у вас отходили газы или был опорожнен кишечник.

Примечание: Пожалуйста, заранее запланируйте и организуйте все, что связано с вашей транспортировкой из больницы домой. Для того чтобы мы могли помочь наибольшему числу пациентов, время выписки пациентов, поступивших в больницу - 10:00 утра. Если встречающие вас не смогут быть в MGH в это время, пожалуйста, не волнуйтесь. Мы поможем вам удобно устроиться в одной из наших комнат ожидания, чтобы дождаться их прибытия.

Что будет после того, как я вернусь домой?

В первый день после выписки медсестра вашего хирурга позвонит вам, чтобы узнать, как вы себя чувствуете.

В документе о выписке будут указаны ваши рецептурные препараты, как их принимать, за чем следить и вся необходимая контактная информация. Если у вас возникнет вопрос в обычные рабочие часы, позвоните пожалуйста в клинику по указанному номеру и попросите поговорить с медсестрой. Если у вас возникла

**VINCENT OBSTETRICS &
GYNECOLOGY**

неотложная ситуация и это нерабочее время, вы можете связаться с дежурным врачом, вы можете вызвать дежурного врача или прибыть в отделение неотложной помощи.

Патологические отчеты приходят в течение 7–10 рабочих дней после операции. Мы свяжемся с вами, как только получим их, а также составим план вашего лечения.

Мы знаем, что операция может быть стрессовым событием, но для нас большая честь быть вашим лечащим врачом. Мы будем рады работать с вами, чтобы сделать вашу операцию наилучшим образом. Если после прочтения этой брошюры у вас возникнут какие-либо проблемы или вопросы, обратитесь в офис вашего хирурга.